

花と鳥たちの楽園を散策

E 立科町 | ゴセンスイシセンエン
御泉水自然園

蓼科山の中腹、標高1,830mの地に広がる自然園。約300種類の高山植物が自生し、50種類もの野鳥が生息する園内には全長10kmの散策コースが整備されていて、気ままに自然探索を楽しめる。

国北佐久郡立科町芦田ハケ野743 0267-55-6000(しらかば高原株式会社) 園9時～16時30分 園11月～翌4月までの冬季間 大人600円、小学生400円、未就学児無料 ※ Gondラリフト利用で入園無料 500台 園中央道諏訪ICから車で約50分、中部横断道佐久南ICから車で約50分



※ベビーカーは一部エリアのみ可、FREE Wi-Fiは自然園内ビジターセンターにあり

MAPはこちら



約40分ほどの散策コースも配されていて、ペットと一緒に歩くこともできる(リード必須)



スリル満点の爽快アクティビティ

D 立科町 | シラカバコウゲン マウンテンカート
白樺高原 マウンテンカート

ゴンドラで山頂まで上り、カートで一気に山麓まで駆け降りる全長1,300mのスリリング体験。自分でコースを選びながらゲレンデをクルージングできる。

国北佐久郡立科町芦田ハケ野743 0267-55-6000(しらかば高原株式会社) 園7月18日(金)～ゴンドラ営業日 園9時～16時 園ゴンドラチャレンジコース: ゴンドラ1日券(3,200円)を提示で1回2,000円、ゴンドラを利用しない場合は1回3,200円、ゴンドラ上り乗車券1回+マウンテンカート1回は4,000円、ショートコース: 1回1,000円、3回2,500円 500台 園中央道諏訪ICから車で約40分、中部横断道佐久南ICから車で約50分 園身長130cm以上、体重110kg未満



※抱っこができる小型犬のみ同伴可



スリリングなゴンドラチャレンジコースのほか、子どもも楽しめるショートコースも!

MAPはこちら



F 立科町 | メガミノテラス1830
女神のテラス1830

遠くは雄大な北アルプスの山並み、眼下には神秘的湖「女神湖」を望む展望テラス。ソファやハンモック、パラソルが設置された贅沢なプライベートテラスで、爽快な高原の風を感じよう。

国北佐久郡立科町芦田ハケ野743 0267-55-6000(しらかば高原株式会社) 園4月末～10月末頃 園ゴンドラリフト運行: 9時～16時30分(混雑時の利用は1回20分まで) 園テラス利用料: 無料 ※別途「蓼科牧場ゴンドラ」のチケット(大人往復2,000円)または「御泉水自然園」の入園券(大人600円)が必要 500台 園中央道諏訪ICから車で約40分、中部横断道佐久南ICから車で約50分



白樺湖 女神湖

ゆっくりと時間が流れる

ちょっと大人のテラス

立科町

巨匠の描いた絵画の世界

青緑の木々を映す幻想的な水鏡

蓼科

A 茅野市 | ミシャカイケ
御射鹿池

日本画家・東山魁夷の代表作「緑響く」のモチーフとなったことでも知られる風光明媚な農業ため池。強酸性のため透明度が高く、風が穏やかな夏の日、カラマツの深い緑が水面が静かに映し出す。

奥蓼科にあるビュースポット。6月から8月は池の緑がもっとも美しい時期で、幻想的な光景が水面に映し出される

国茅野市豊平奥蓼科 0266-73-8550(ちの旅案内所) 園終日開放 31台 園中央道諏訪ICから車で約40分



※オムツ替えスペースは多目的トイレ内にあり

蓼科の自然を一望する美肌の湯

C 茅野市 | タテシナグランドホテルタキノ
蓼科グランドホテル滝の湯



自家源泉から引く蓼科の湯をさまざまな湯船で楽しめる。なかでも3段の湯船で構成される棚田状の「溪流露天風呂」はとりわけ情緒豊か。川の間近までせり出しているため、自然を存分に体感できる。

国茅野市北山4028 0266-67-2525 園日帰り入浴: 13時～21時(最終受付20時) 園なし 大人1,500円、小学生800円、幼児500円、2歳以下無料 200台 園中央道諏訪ICから車で約30分



※座敷は夕食時の和食レストランにあり、キッズスペースは宿泊者のみ利用可



好きなスイーツ(またはフード)とドリンクが付くお得な日帰り温泉セットプラン(大人2,200円、小学生1,500円)もあり

MAPはこちら



日本で一番標高の高い水族館

B 茅野市 | タテシナミュージアムズメントスイズクカン
蓼科アミューズメント水族館



世界最大の淡水魚・ピラルクや古代魚・アロワナなど、約200種2,000匹の淡水魚が泳ぐ。巨大魚による迫力の捕食シーンが見られる「飼育員による餌付けと解説」(土日曜、祝日13時30分～)も必見。

国茅野市北山4035-2409(北ハケ岳ロープウェイ正面) 0266-67-4880 園10時～17時(最終受付16時)、土・日曜、祝日10時～17時30分(最終受付16時30分) 園木曜(祝日は営業)※11月下旬～12月上旬及び4月中旬頃に3～5日間の計画休業あり 園入館料: 大人1,500円、小学生860円、幼児430円、2歳以下無料、ペット310円(ドッグラン利用+210円) 250台 園中央道諏訪ICから車で約40分



※売店・2階はペット同伴不可

ビーナスライン
ほか

夏の高原 ドライブ

Plus N 2025
Summer

信州随一のドライブロード「ビーナスライン」をはじめ、高原のドライブスポットを紹介。今年の夏は、さわやかな高原風景や美しい高山植物など、非日常の絶景を見に行きませんか?

風も涼しくて
気持ちがいい!



MAPはこちら



愛嬌たっぷり、かわいらしいウーパールーパーなど、人気者も展示されている